

SVEIKATOS MOKYMO IR LIGŲ PREVENCIJOS CENTRAS

**SVEIKATOS MOKYMAS.  
MOKYMO METODŲ PRAKTINIS  
PANAUDOJIMAS  
MOKANT PIRMOSIOS PAGALBOS (3)**

METODINIS LEIDINYS



Vilnius

2014

**Sveikatos mokymas: mokymo metodų praktinis  
panaudojimas mokant pirmosios pagalbos (3)**

Metodinis leidinys

Parengė:

*Vida Dubinskienė, Zenonas Javtokas, Rūta Babravičienė*

Leidinyje skirtas asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, sveikatos edukologams, sveikatos mokymo organizatoriams, užsiimantiems gyventojų pirmosios pagalbos mokymu.

Leidinyje pateikiami sveikatos mokymo formų ir metodų, taikomų pirmosios pagalbos mokymo praktikoje, pavyzdžiai.

**Kalbos redaktorė**

*Lina Biekštaitė*

**Viršelio piešinio autorė**

*Evelina Mačiūnaitė*

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro  
Sveikatos mokykla, 2014

## TURINYS

PRATARMĖ	3
MOKYMO METODŲ TAIKYMO PAVYZDŽIAI	4
<b>1 pavyzdys. Įvadinis klausimas</b>	4
<b>2 pavyzdys. Momentinis rašinys</b>	4
<b>3 pavyzdys. Atsarginis klausimas</b>	5
<b>4 pavyzdys. Klausimai ir atsakymai</b>	5
<b>5 pavyzdys. Grupės diskusija</b>	6
<b>6 pavyzdys. Testas</b>	6
<b>7 pavyzdys. Demonstravimas</b>	7
7.1. Mokymo tema: pradinis suaugusio žmogaus gaivinimas	7
7.2. Mokymo tema: išorinio kraujavimo stabdymas spaudžiamuoju tvarščiu	8
7.3. Mokymo tema: šaldomojo kompreso uždėjimas ant sužalotos galūnės	8
7.4. Mokymo tema: užspringimo požymiai ir pagalbos principai	9
7.5. Mokymo tema: pirmosios pagalbos veiksmai įkandus vabzdžiui	10
7.6. Mokymo tema: pirmoji pagalba užspringusiam kūdikiui	10
7.7. Mokymo tema: pirmoji pagalba užspringusiam vaikui (1–7 m.)	11
7.8. Mokymo tema: pirmoji pagalba užspringusiajam (nuo 7 m. amžiaus)	12
<b>8 pavyzdys. Atvejo analizė</b>	12
8.1. Mokymo tema: pirmoji pagalba užspringusiam kūdikiui	12
8.2. Mokymo tema: pirmoji pagalba užspringusiam vaikui	13
8.3. Mokymo tema: pirmoji pagalba užspringusiam suaugusiam žmogui	13
8.4. Mokymo tema: pirmoji pagalba įvykus miokardo infarktui	13
8.5. Mokymo tema: pirmoji pagalba patyrusiajam galvos ir stuburo traumą	14
<b>9 pavyzdys. Sumaišytas eiliškumas</b>	15
<b>10 pavyzdys. Devyniabriaunis deimantas</b>	15
<b>11 pavyzdys. Abipusis mokymasis</b>	18
<b>12 pavyzdys. Vaidmenų atlikimas</b>	18
LITERATŪRA	19

## PRATARMĖ

Šiuo leidiniu Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Sveikatos mokykla tęsia publikacijų apie mokymo formas ir metodus, jų panaudojimą praktinėje sveikatos mokymo veikloje seriją. Pirmajame leidinyje „Sveikatos mokymas. Mokymo formos ir metodai (1)“ supažindinome su mokymo metodų klasifikacija, pateikėme dažniausiai naudojamų mokymo metodų aprašymus. Šį leidinį galima rasti tinklalapyje <http://www.smplc.lt> – žiūrėti „Metodinė medžiaga“ → „Sveikatos mokymas“.

Šiame leidinyje pateikiami sveikatos mokymo formų ir metodų, taikomų pirmosios pagalbos mokymo praktikoje, pavyzdžiai. Leidinys skirtas asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, sveikatos edukologams, sveikatos mokymo organizatoriams, užsiimantiems privalomuoju ar savanoriškuoju pirmosios pagalbos mokymu.

Šio leidinio tikslas – padėti pasirinkti ir taikyti tinkamiausius sveikatos mokymo(si) metodus mokant pirmosios pagalbos.

Rengiant leidinį, be nurodytų literatūros šaltinių, buvo remtasi Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Sveikatos mokyklos darbuotojų praktinio darbo šioje srityje patirtimi.

## MOKYMO METODŲ TAIKYMO PAVYZDŽIAI

### 1 pavyzdys. Įvadinis klausimas

Paskaita ar pratybos gali būti pradedamos įvadiniu klausimu, kuris atveria kelią naujos medžiagos dėstymui.

Mokymo temos	Įvadinių klausimų pavyzdžiai
Klinikinė ir biologinė mirtis, gyvybinių funkcijų sutrikimų priežastys, įvertinimo tvarka, gaivinimo metodika, trauminio šoko ir anafilaksijos požymiai	<p><i>Kiek laiko tęsiasi klinikinė mirtis?</i></p> <p><i>Kokios gali būti gyvybinių funkcijų sutrikimų priežastys?</i></p> <p><i>Kaip atpažinti gyvybei pavojingą būklę?</i></p> <p><i>Ar žinote suaugusio žmogaus pradinio gaivinimo veiksmų seką?</i></p> <p><i>Koks krūtinės ląstos paspaudimų ir įpūtimų santykis?</i></p> <p><i>Ar žinote, kokie yra trauminio ir anafilaksinio šoko požymiai?</i></p>

### 2 pavyzdys. Momentinis rašinys (greitukas, vienos minutės refleksija)

Momentinis rašinys gali būti panaudotas paskaitos pradžioje arba pabaigoje. Paskaitos pradžioje klausytojų prašoma parašyti (pasakyti), ką jie žino dėstoma tema, o paskaitos pabaigoje – ką sužinojo naujo.

Mokymo tema	Momentinio rašinio temų pavyzdžiai
Nukentėjusiojo būklės įvertinimas, kraujavimo stabdymas, pradinis gaivinimas	<p><b>Paskaitos pradžioje:</b></p> <p><i>Kodėl reikia mokėti teikti pirmąją pagalbą?</i></p> <p><b>Paskaitos pabaigoje:</b></p> <p><i>Parašykite (pasakykite) suaugusio žmogaus pradinio gaivinimo veiksmų seką.</i></p>

### 3 pavyzdys. Atsarginis klausimas

Paskaitos pabaigoje, jeigu klausytojai neužduoda klausimų, auditoriją galima suaktyvinti iš anksto sugalvotu ar „pasiskolintu“ iš ankstesnių mokymų atsarginiu klausimu.

Mokymo temos	Atsarginių klausimų pavyzdžiai
Pirmosios pagalbos higiena	Kokiomis infekcinėmis ligomis galima užsikrėsti teikiant pirmąją pagalbą? Kodėl?
Asmens apsauginių priemonių naudojimas teikiant pirmąją pagalbą	Kokias asmens apsaugines priemones naudosite teikdami pirmąją pagalbą?

### 4 pavyzdys. Klausimai ir atsakymai

Klausimai dažniausiai naudojami kartu su kitais mokymo metodais arba gali būti kitų mokymo metodų sudėtine dalimi. Uždarieji klausimai reikalauja atsakymo „taip“ arba „ne“. Atvirieji klausimai reikalauja išsamaus atsakymo ar paaiškinimo.

Mokymo temos	Klausimų pavyzdžiai
Pirmosios pagalbos veiksmai ir psichologinės užtvaros	Kokios gali būti psichologinės vengimo suteikti pirmąją pagalbą priežastys?
Pagalbos kvietimas	Kokiu bendruoju pagalbos telefonu skambinsite ir kviesite pagalbą?
Ūminės būklės. Insultas, insulto rizikos veiksniai, insulto požymiai, pirmosios pagalbos veiksmai	Išvardykite insulto rizikos veiksnius. Kaip atpažinti insulto ištiktą žmogų? Kokie būtų Jūsų pirmosios pagalbos veiksmai?
Apsinuodijimas. Nuodų patekimo į organizmą būdai, apsinuodijimo požymiai, pirmosios pagalbos veiksmai apsinuodijimo atveju	Kuris nuodų patekimo į žmogaus organizmą būdas yra pavojausias? Kaip suteiksite pirmąją pagalbą įkvėpusiam nuodingųjų medžiagų?

### 5 pavyzdys. Grupės diskusija

**Mokymo tema:** įvykio vietos saugumo įvertinimas, pirmosios pagalbos teikimo tvarka įvykio vietoje.

Diskusiją galima pradėti atviru klausimu, pavyzdžiui: „Kodėl prieš teikiant pagalbą reikia pasirūpinti įvykio vietos saugumu?“ arba „Ką reikia įvertinti prieš pradėdant gaivinti?“

Diskusijos metu mokymo dalyviams gali būti užduodami tokie klausimai:

- Koks Jūsų elgesys būtų eismo įvykio vietoje?
- Kokia informacija gaunama apžiūrėjus sužeistuosius?
- Koks būtų Jūsų sprendimas ir veiksmų seka teikiant pirmąją pagalbą?
- Kokius pirmosios pagalbos veiksmus galėtų atlikti aplinkiniai žmonės?

### 6 pavyzdys. Testas

**Mokymo tema:** išorinis ir vidinis kraujavimas, kraujavimo stabdymas.

Įvertinti mokymo dalyvių žinias prieš ir po mokymo galima anketa (testu), pažymint teisingą atsakymą:

1. Kiek litrų kraujo netekęs žmogus gali mirti?
  - a) 0,5 litro;
  - b) iki 2 litrų;
  - c) daugiau kaip 2 litrus.
2. Kuris kraujavimas yra pavojingiausias?
  - a) kapiliarinis;
  - b) veninis;
  - c) arterinis.
3. Kaip vadinama nepakankama kraujo tūrio šoko būseną?
  - a) kardiogeninis šokas;
  - b) anafilaksinis šokas;
  - c) hipovoleminis šokas.
4. Kaip efektyviai sustabdyti vidinį kraujavimą?
  - a) spaudžiamuoju tvarščiu;
  - b) šaldomuoju kompresu;
  - c) operacinėje.
5. Kaip sustabdysite arterinį kraujavimą esant atviram žastikaulio lūžiui?
  - a) ant žaizdos dėsite šaltą kompresą;
  - b) ant pačios žaizdos dėsite spaudžiamąjį tvarstį;
  - c) aukščiau žaizdos užversite, kol nustos kraujuoti.

## 7 pavyzdys. Demonstravimas

### 7.1. Mokymo tema: pradinis suaugusio žmogaus gaivinimas.

Dėstytojui pademonstravus (1, 2 pav.), kaip reikia atlikti pradinį suaugusio žmogaus gaivinimą (kvėpavimo ir kraujotakos palaikymą), šiuos veiksmus kartoja mokymo dalyviai.



**1 pav.** Krūtinkaulį reikia spausti 30 kartų statmenai stuburo link. Paspaudimo gylis – 5– 6 cm



**2 pav.** Atliekant įpūtimus glaudžiai apžiūti nukentėjusiojo burną, 2 kartus įpūsti oro



**7.2. Mokymo tema:** išorinio kraujavimo stabdymas spaudžiamuoju tvarščiu.

Dėstytojui pademonstravus, kaip uždėti spaudžiamąjį tvarstį (3 pav.), šiuos veiksmus kartoja mokymo dalyviai. Dėstytojas stebi mokymo dalyvių atliekamus veiksmus, daro pastabas, taiso klaidas.



**3 pav.** Kraujavimo stabdymas spaudžiamuoju tvarščiu

**7.3. Mokymo tema:** šaldomojo kompreso uždėjimas ant sužalotos galūnės.

Dėstytojui pademonstravus, kaip uždėti šaldomąjį kompresą (4 pav.), šiuos veiksmus kartoja mokymo dalyviai. Dėstytojas stebi mokymo dalyvių atliekamus veiksmus, daro pastabas, taiso klaidas.



**4 pav.** Šaldomojo kompreso uždėjimas ant sužalotos galūnės

**7.4. Mokymo tema:** užspringimo požymiai ir pagalbos principai.

Dėstytojas pademonstruoja *Tarptautinį užspringimo ženklą* (5 pav.). Dėstytojui paklausus: „Ar tu užspringai?“, mokymo dalyviai parodo užspringimo ženklą.



5 pav. Užspringimo ženklas

Plakatą „Tarptautinis užspringimo ženklas“ galima rasti Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro interneto svetainės (<http://www.smlpc.lt>) puslapyje „Atmintinės, lankstinukai, plakatai“.

**7.5. Mokymo tema:** pirmosios pagalbos veiksmai įkandus vabzdžiui (geluonies pašalinimas).

Dėstytojas imituoja geluonies šalinimą naudodamas elektroninę kortelę (6 pav.). Vėliau šiuos veiksmus kartoja mokymo dalyviai, dėstytojas stebi mokymo dalyvių atliekamus veiksmus, taiso klaidas.



**6 pav.** Geluonies šalinimas elektronine kortele

**7.6. Mokymo tema:** pirmoji pagalba užspringusiam kūdikiui.

Dėstytojas demonstruoja pirmosios pagalbos veiksmus (7, 8 pav.), vėliau juos kartoja mokymo dalyviai.



**7 pav.** Stūmiai į tarpumentę užspringusiam kūdikiui



**8 pav.** Krūtinkaulio paspaudimai (iki 2,5 cm) kūdikiui

**7.7. Mokymo tema:** pirmoji pagalba užspringusiam vaikui (1–7 m.).

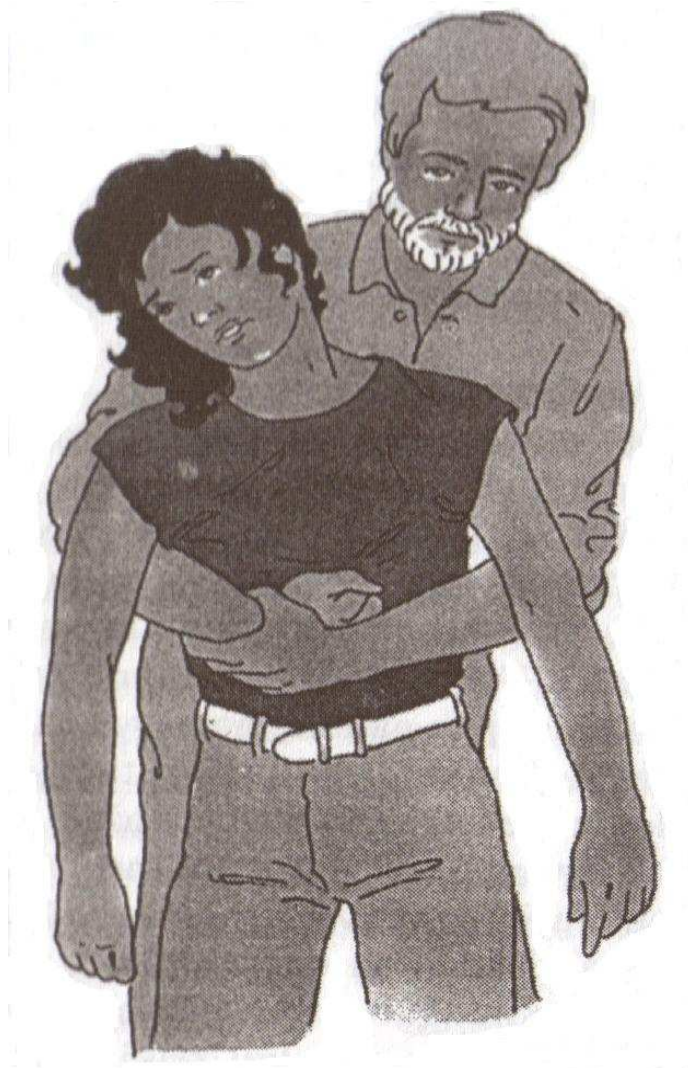
Dėstytojas demonstruoja pirmosios pagalbos veiksmus (9 pav.), vėliau juos kartoja mokymo dalyviai.



**9 pav.** Stūmiai į tarpumentę užspringusiam vaikui (nuo 1 iki 7 m. amžiaus)

**7.8. Mokymo tema:** pirmoji pagalba užspringusiajam (nuo 7 m. amžiaus).

Dėstytojas demonstruoja pirmosios pagalbos veiksmus (10 pav.), vėliau juos kartoja mokymo dalyviai.



**10 pav.** Heimlichio stūmiai (šaltinis: Leibold S. Sveikatos žinynas kiekvienai šeimai)

## **8 pavyzdys. Atvejo analizė**

**8.1. Mokymo tema:** pirmoji pagalba užspringusiam kūdikiui.

Mokymo dalyviams pateikiamas situacijos pavyzdys:

*Mama, pamaitinusi 5 mėnesį kūdikį ir paguldžiusi į lovelę, nuėjo į vonios kambarį įjungti skalbimo mašinos. Sugrįžusi pamatė, kad kūdikis atpylė pieną, sunkiai švokščia, išbalęs.*

Išanalizavus pateiktą situacijos aprašymą prašoma atsakyti į klausimus, pademonstruoti pirmosios pagalbos veiksmus:

- Kas galėjo nutikti kūdikiui?
- Koks tai užspringimas?
- Kokie Jūsų pirmosios pagalbos veiksmai? Pademonstruokite.
- Kokius veiksmus atliksite kūdikiui tarp menčių ir kokius veiksmus atliksite kūdikiui ant krūtinkaulio?

### **8.2. Mokymo tema:** pirmoji pagalba užspringusiam vaikui.

Mokymo dalyviams pateikiamas situacijos pavyzdys:

*2 metų berniukas žaidė kambaryje. Mama virtuvėje gamino pietus. Įėjusi į kambarį pamatė sūnų gulintį ant grindų, aplink jį ant žemės mėtosi išbarstyti karoliukai. Vaikas nekvėpuoja, išbalęs.*

Išanalizavus pateiktą situacijos aprašymą prašoma atsakyti į klausimus, pademonstruoti pirmosios pagalbos veiksmus:

- Kas galėjo nutikti berniukui?
- Koks tai užspringimas?
- Kokie Jūsų pirmosios pagalbos veiksmai? Pademonstruokite.
- Ar skiriasi pirmosios pagalbos veiksmai esant daliniam ir visiškam užspringimui?

### **8.3. Mokymo tema:** pirmoji pagalba užspringusiam suaugusiam žmogui.

Mokymo dalyviams pateikiamas situacijos pavyzdys:

*Savaitgalį šeima poilsavo sodyboje. Atvyko draugai. Vieną vakarą visi kepė šašlykus, linksmai šnekučiavosi. Bevalgant šašlykus 25 metų Tomas ima blaškytis, išsigandęs stveriasi už gerklės.*

Išanalizavus pateiktą situacijos aprašymą prašoma atsakyti į klausimus, pademonstruoti pirmosios pagalbos veiksmus:

- Kas galėjo nutikti Tomui?
- Kokį ženklą turėjo rodyti vaikas?
- Kokie Jūsų pirmieji veiksmai teikiant pirmąją pagalbą? Pademonstruokite Heimlich'o stūmius.

### **8.4. Mokymo tema:** pirmoji pagalba įvykus miokardo infarktui.

Mokymo dalyviams pateikiamas situacijos pavyzdys:

*Sporto salėje žaidžiant krepšinį vidutinio amžiaus vyriškis pajuto nemalonų skausmą už krūtinkaulio. Prisėdus skausmas nesumažėjo. Skausmas stiprėjo, tapo deginant, plito į kairę ranką, pečių lanką, kaklą, galvą. Atsirado baimės jausmas, darėsi sunku kvėpuoti, trūko oro.*

Nagrinėjant pateiktą situaciją prašoma atsakyti į klausimus, pademonstruoti pirmosios pagalbos veiksmus:

- Ką galėtumėte įtarti?
- Kokie Jūsų pirmosios pagalbos veiksmai? Pademonstruokite.

### Situacijos sprendimas

Įtariamasis miokardo infarktas. Pirmosios pagalbos veiksmų seka vykdoma pagal taisyklę

„P–P–P“ (Patikrink – Paskambink – Padėk):

Pirmiausia šalia esantis žmogus turi įvertinti nukentėjusiojo sąmonę, kvėpavimą, po to kviesti greitąją medicinos pagalbą arba paprašyti, kad ją iškvieštų kiti aplinkiniai žmonės. Tada reikia padėti nukentėjusiajam atsisėsti, atlaisvinti krūtinės ląstą varžančius drabužius, įleisti į patalpą gryno oro. Reikia nukentėjusįjį nuraminti, nepalikti vieno, nuolat stebėti gyvybines funkcijas: sąmonę, kvėpavimą, pulsą, kol atvyks greitoji medicinos pagalba. Jei nukentėjusysis prarado sąmonę, nustojo kvėpuoti, pradedamas pradinis gaivinimas: 30 krūtinės ląstos paspaudimų ir 2 oro įpūtimai. Jeigu yra galimybė, panaudojamas automatinis išorinis defibriliatorius.

### 8.5. Mokymo tema: pirmoji pagalba patyrusiajam galvos ir stuburo traumą.

Mokymo dalyviams pateikiamas situacijos pavyzdys:

*Nesilaikęs saugaus darbo taisyklių statybininkas nukrito nuo trečiojo aukšto pastolių. Ivykio liudininkai sako, jog vyras kurį laiką buvo nesąmoningas, o dabar vėl kalba, atsakinėja į klausimus. Jaučia nugaros skausmą, tirpimą. Pirminės apžiūros metu nustatote, jog nukentėjusiojo kvėpavimas normalus. Kairės kojos blauzdoje matyti apie 4 cm skersmens žaizda, iš kurios kraujuoja. Užspaudus žaizdą pirštais kraujavimas sustoja.*

Nagrinėjant pateiktą situaciją prašoma atsakyti į klausimus:

- Ką galėtumėte įtarti?
- Į ką reikėtų atkreipti dėmesį teikiant pirmąją pagalbą?

### Situacijos sprendimas

Įtariamos galvos ir stuburo traumos. Pirmiausia įvertinkite aplinką ir pasirūpinkite jos saugumu. Teikite pagalbą pagal taisyklę „P–P–P“ (Patikrink – Paskambink – Padėk). Kadangi kurį laiką buvo nesąmoningas, greičiausiai statybininkas patyrė galvos traumą. Tokiu atveju reikia užtikrinti, kad būtų atviri kvėpavimo takai, imobilizuoti kaklinę stuburo dalį, nejudinti nukentėjusiojo ir neleisti jam pačiam judėti. Sutvarstykite žaizdą blauzdos srityje. Laukite, kol atvyks greitoji medicinos pagalba.

### 9 pavyzdys. Sumaišytas eiliškumas

**Mokymo tema:** pirmoji pagalba skendusiam.

Mokymo dalyviai suskirstomi į grupes. Jiems išdalijami sukarpyti lapeliai su skendusiojo gaivinimo veiksmų aprašais.

#### Gaivinimo veiksmų aprašai:

Skendusysis ištraukiamas iš vandens
Kviečiama greitoji medicinos pagalba bendruoju pagalbos numeriu 112
Nukentėjusysis gabenamas į gydymo įstaigą
Atgaivintas nukentėjusysis paguldomas ant šono (į stabilią šoninę padėtį), šiltai apklojamas ir stebimos jo gyvybiškai svarbios organizmo funkcijos: sąmonė, kvėpavimas ir širdies veikla, kol atvyks medikai
Atlaisvinami kvėpavimo takai, atlošiama galva, atliekami 2 oro įpūtimai ir 30 krūtinės ląstos paspaudimų

Mokymo dalyvių prašoma sudėlioti gaivinimo veiksmų seką.

#### **Teisinga pirmosios pagalbos teikimo skendusiam seka:**

1. Nukentėjusysis ištraukiamas iš vandens.
2. Atlaisvinami kvėpavimo takai, atlošiama galva, atliekami 2 oro įpūtimai ir 30 krūtinės ląstos paspaudimų.
3. Kviečiama greitoji medicinos pagalba bendruoju pagalbos numeriu 112.
4. Atgaivintas nukentėjusysis paguldomas ant šono (į stabilią šoninę padėtį), šiltai apklojamas ir stebimos jo gyvybiškai svarbios organizmo funkcijos: sąmonė, kvėpavimas ir širdies veikla, kol atvyks medikai.
5. Nukentėjusysis gabenamas į gydymo įstaigą.

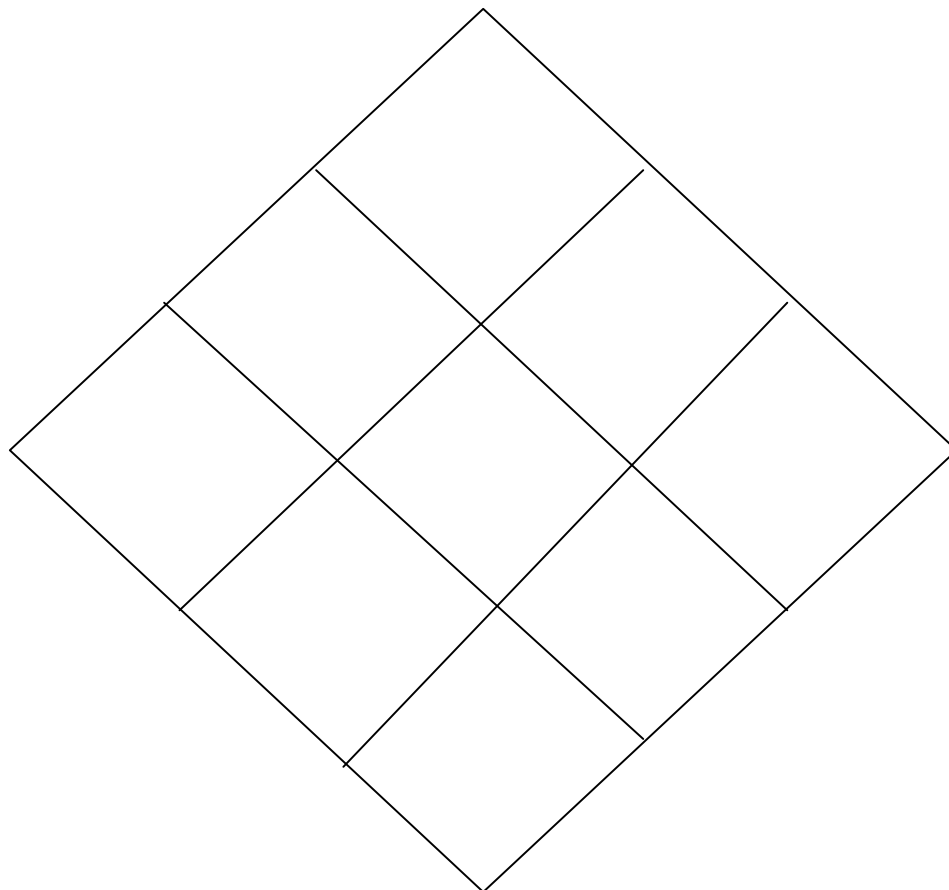
### 10 pavyzdys. Devyniabriaunis deimantas

**Mokymo tema:** žaizdų tvarstymas.

Mokymo dalyviai suskirstomi į grupes. Jiems išdalijami popieriaus lapai su „devyniabriauniu deimantu“ bei pagrindinėmis tvarstymo taisyklėmis. Prašoma, kad surašytų į nubraižyto rombo langelius taisyklių, kurių reikia laikytis tvarstant žaizdas,



punktus nuo svarbiausių iki mažiau svarbių. Tam skiriamos 5 min. Po to kiekviena grupelė pristato savo pasiūlymus, diskutuojama, priimama galutinė išvada.

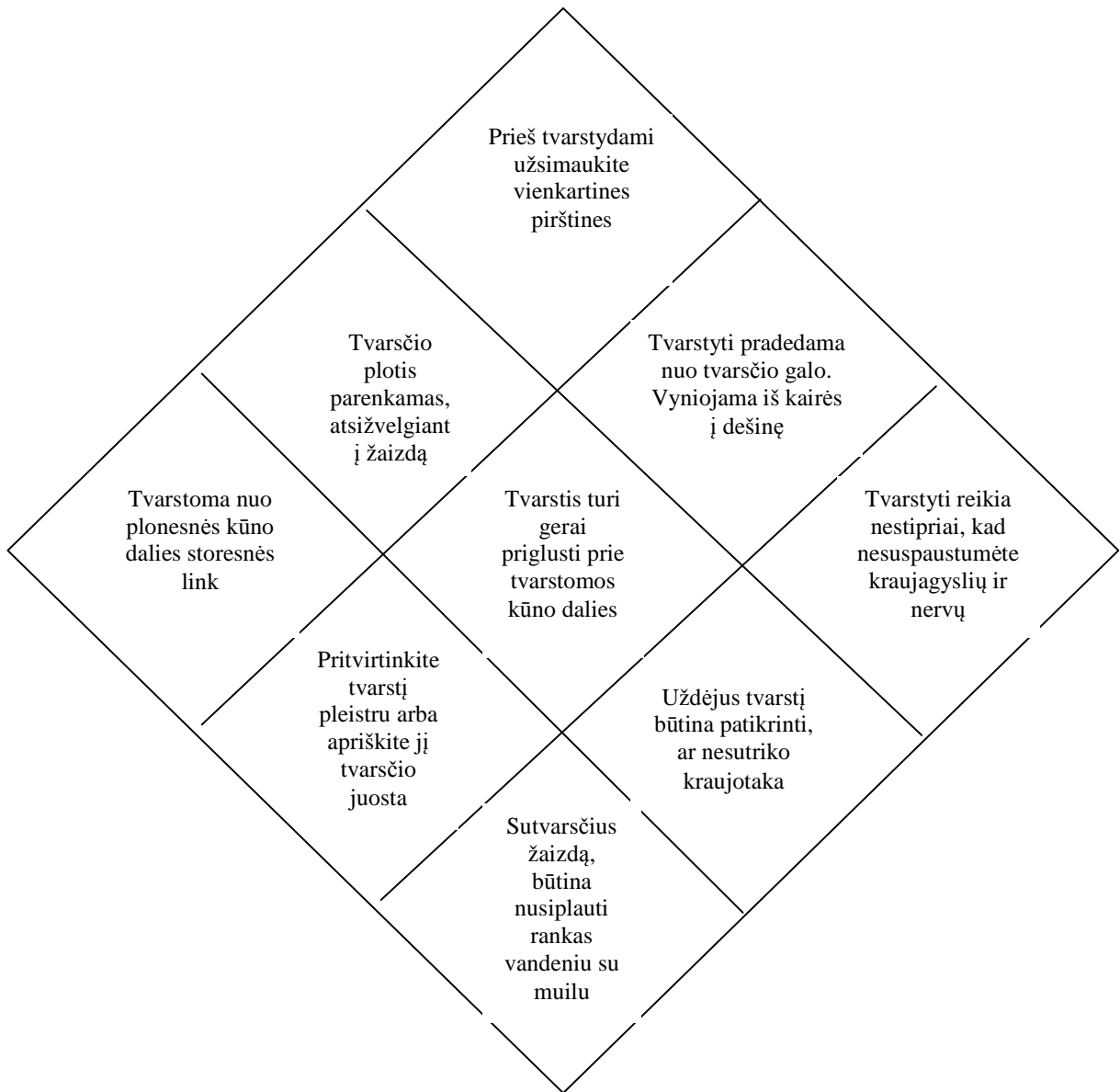


**11 pav.** „Devyniabriaunio deimanto“ (9 rombų) piešinys

Žaizdų tvarstymo taisyklių veiksmų aprašas:

#### **Žaizdų tvarstymo taisyklės**

- Prieš tvarstydami užsimaukite vienkartinę pirštines.
- Tvarstoma nuo plonesnės kūno dalies storesnės link.
- Tvarstyti pradama nuo tvarščio galo. Vyniojama iš kairės į dešinę.
- Uždėjus tvarstį būtina patikrinti, ar nesutriko kraujotaka.
- Tvarščio plotis parenkamas, atsižvelgiant į žaizdą.
- Tvarstis turi gerai priglusti prie tvarstomos kūno dalies.
- Tvarstyti reikia nestipriai, kad nesuspaustumėte kraujagyslių ir nervų.
- Pritvirtinkite tvarstį pleistru arba apriškite jį tvarščio juosta.
- Sutvarsčius žaizdą, būtina nusiplauti rankas vandeniu su muilu.



**11 pav.** Užpildyto „devyniabriaunio deimanto“ pavyzdys

### **11 pavyzdys. Abipusis mokymasis**

**Mokymo tema:** nukentėjusiojo būklės įvertinimas, pirmoji pagalba patyrusiajam traumą (žaidų tvarstymas, imobilizavimas).

Mokymo dalyviai suskirstomi į grupes. Kiekviena grupė išdalytuose popieriaus lapuose aprašo galimo nelaimingo atsitikimo arba sužeidimo situaciją. Grupės susikeičia aprašytomis situacijomis. Kiekviena grupė, gavusi aprašytą situaciją, turi garsiai kitiems mokymo dalyviams paaiškinti, kokią traumą įtaria, pademonstruoti teiktinos pirmosios pagalbos veiksmus. Jeigu iškyla papildomų klausimų, situacijos sudarytojai patikslina situaciją, vertina atliekamus pirmosios pagalbos veiksmus.

### **12 pavyzdys. Vaidmenų atlikimas**

**Mokymo tema:** pirmoji pagalba patyrusiajam stuburo traumą.

Mokymo dalyviai pasiskirsto vaidmenimis (arba vaidmenis paskirsto dėstytojas). Vieni atlieka nukentėjusiojo (patyrusio stuburo traumą) vaidmenį, kiti – pirmąją pagalbą teikiančiųjų (buvusių kartu su nukentėjusiuoju, greitosios pagalbos slaugytojų) ir stebėtojų vaidmenis. Teikiantiesiems pirmąją pagalbą išdalijami pirmosios pagalbos rinkiniai. Nukentėjusiojo ir teikiančiųjų pirmąją pagalbą veiksmus vertina „stebėtojai“. Baigus „vaidinimą“ aptariami teikusiuųjų pirmąją pagalbą veiksmai. Dėstytojas nurodo mokymo dalyvių klaidas, kurių nepastebėjo „stebėtojai“, paaiškina ir pademonstruoja teisingus pirmosios pagalbos veiksmus.

## LITERATŪRA

Sveikatos mokymas: mokymo formos ir metodai (1). Parengė Javtokas Z. Informacinis metodinis leidinys. 2012. Prieiga internete: [http://www.smlpc.lt/media/file/Skyriu\\_info/Metodine\\_medziaga/Mokymo%20metodai.pdf](http://www.smlpc.lt/media/file/Skyriu_info/Metodine_medziaga/Mokymo%20metodai.pdf).

Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2008 m. sausio 28 d. įsakymas Nr. V-69 „Dėl Privalomojo pirmosios pagalbos mokymo programos, privalomojo higienos įgūdžių mokymo programos ir privalomojo mokymo apie alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai mokymo programos patvirtinimo“ (Žin., 2008, Nr. 14-490).

Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. rugpjūčio 31 d. įsakymas Nr. V-822 „Dėl gaivinimo standartų patvirtinimo“ (Žin., 2011, Nr. 110-5214).

Dobožinskas P., Jasinskas N., Juozapavičienė L. ir kt. Ikistacionarinės pagalbos teikimo principai traumą patyrusiam pacientui. Kaunas, 2007.

Vaitkaitis D., Pranskūnas A. Pirmoji medicinos pagalba. Kaunas, 2008.

Pirmoji pagalba (versta iš *First Aid. Rebo publishers, 2006*). Leidėjas „Mūsų knyga“. Vilnius, 2007.

Vaitkaitis D., Pranskūnas A., Dobožinskas P. ir kt. Pirmoji ir skubioji medicinos pagalba. Kaunas, 2012.

Bunevičius J., Žilinskaitė V. Žmogaus gaivinimo pagrindai. Vilnius, 2000.

Vaitkaitis D., Jasinskas N. ir kt. Greitosios medicinos pagalbos darbuotojų skubiosios medicinos pagalbos mokymo metodika. 2007, Kaunas.

Praktinė pirmoji pagalba. Britų Raudonasis Kryžius, Vilnius, 1998.

Europos gaivinimo tarybos rekomendacijos (*European Resuscitation Council*). Prieiga internete: [www.erc.edu](http://www.erc.edu).

Leibold G. Sveikatos žinynas kiekvienai šeimai. Vilnius, 1988.